أسرار ليلة الزفاف

عبد العزيز كامل المنيلاوي

مكتبة الإيمان
المنصورة - أمام جامعة الأزهر

أسرار ليلة الزفاف

٢٥٤/١

١٤٣

تأليف

عبد العزيز كامل المنيلاوي

مكتبة الإيمان

المنصورة - أمام جامعة الأزهر

ت : ٣٥٧٨٨٢

بسم الله الرحمن الرحيم

تقـديم

دلّت الأبحاث العلمية على أن السبب المباشر لاعتلال صحة الفتيان والفتيات وما يتبعه من شعورهم بالضيق والتعاسة خلال فترة المراهقة هو جهلهم المطبق بالمسائل الجنسية .

ولا يقتصر الأمر على جهلهم بمثل هذه الأمور إبان فترة المراهقة وحدها بل وينتشر الجهل بهذا الأمر بين قطاع عريض من المتزوجين .

ونرى أن عرض مختلف النظريات الطبية والآراء العلمية الحديثة بصورة مبسطة وتناول أمور الجنس بصورة واقعية بلا ابتذال وفى حدود الآداب العامة والشرائع السماوية ، نرى أن ذلك أصبح ضرورياً لحماية شبابنا وشاباتنا من الآثار النفسية والبدنية والاجتماعية الناشئة عن هذا الوضع ، والناتجة عن محاولاتهم كشف ما وراء هذا الباب من المجلات والكتب الرخيصة التى تضر ولا تنفع !

إننا لا ننكر دور التقاليد فى وضع ستار كثيف بين الشباب والشابات وبين المعرفة الجنسية ، وإن كنا في الوقت نفسه نرى أن للتقاليد والأخلاق عظيم الفائدة فى حماية المجتمع من التفسخ والانحلال كما هو الحال في المجتمعات الغربية !

والهدف من هذه السلسلة المبسطة هو تقدير معرفة جنسية

ضرورية جادة وجـدية وعلمية ميسرة والابتـعاد كلية عن الإثارة والتحـريض وما يخـرج عن الآداب وتعاليم الشريـعة الإسلامـية فـهيا معـاً إلى صفحات جـديدة من أجل معـرفة طبـية وصـحيـة وسليمة عن أهم وأخطر وظيفة من وظائف الجسم البشرى .

عبد العزيز الحنيلاوى

الفصل الأول

نحو حياة جنسية هادئة وسعيدة وطبيعية

* فن الجنس .
* الجهاز التناسلى للرجل .
* الجهاز التناسلى للأنثى .
* أهم أجزاء الجهاز التناسلى بالنسبة للاتصال الجنسى عند المرأة .
* هرمونات الأنوثة والذكورة .

فن الجنس!

قد تبدو كلمة « فن » غريبة على وظيفة تتصل بأعماق حياتنا العاطفية التى يجب أن تحدث بتلقائية .

ولكن هناك فن وقواعد لكل شيء يجب تطبيقها عند ممارسة هذا الشيء ، فلماذا لا يكون للجنس فن وقواعد يمكن أن تدرس وأن نتعلمها ؟ أو على الأقل نعرف الأخطاء الشائعة التى يجب أن نتجنبها .

وهذه الأخطاء جاءت نتيجة الإحباط والكبت والابتعاد عن الطبيعة فى ما يتعلق بهذه الوظيفة ، وبالإضافة إلى ذلك فإن الرجل يجهل نفسية المرأة ، والعكس صحيح أى أن المرأة تجهل نفسية الرجل .

الأخطاء تأتى من الليلة الأولى :

إن الأخطاء تأتى فى بداية الحياة الزوجية بل فى الليلة الأولى (ليلة الزفاف) ، إذ غالبا ما يكون الزوجان غير مستعدين عقلياً ونفسيا لممارسة الزواج ! ، فالمرأة حساسة جداً والزوج إما خجول أو مندفع فى فض غشاء البكارة .

على الزوجة واجب مهم :

ومع ذلك فإن الزوجة التى تحب زوجها تكون متأهبة عاطفياً للاتصال الجنسى الأول ، وتعلم أنه لابد من فعل شيء غير سار أو مؤلم بعض الشيء ، وسوف تتحمل ذلك وتتقبله بسهولة أكثر إذا عرفت أن هذا العمل سوف يمهد الطريق للاتصال الجنسى الكامل ، وأن موقفها سوف يسهل الأمر بدلاً من جعله صعباً نتيجة للمخاوف التى لا مبرر لها .

والزوج :

وعلى الزوج أن يعلم ما هو فض البكارة وكيف يفعله دون دور

الأب ، وأن يُعلم زوجته ذلك ، أو يستشير طبيباً أو كتاباً ، والرجل الذى يستطيع أن يتفهم عواطف زوجته وأن يعاملها بعناية ورقة يستطيع أن يمارس أول لقاء جنسى بسهولة بالغة .

الصدمة الأولى والمستقبل :

من أهم الأمور أن تكون بداية الحياة الزوجية بداية سعيدة هادئة ناجحة ، وهذا يعتمد على الاستعداد العاطفى والنفسى للزوجين ، وكثير من الزيجات يحدث لها الانهيار فى المجال النفسى والمجال الجنسى لأن الزوجة تلقت صدمة فى بداية الزواج ، فإذا استطعنا أن نتجنب الصدمة الأولى واستطعنا أن تمر الليلة الأولى براحة وهدوء فإن هذا بمثابة بناء الحجر الأول فى حياة زوجية سعيدة .

الجهاز التناسلى عند الرجل

ويتكون من القضيب والخصيتين بالإضافة إلى ملحقات الخصيتين وغدة البروستاتا .

القضيب :

وهو عضو التناسل الظاهر ، يمر فيه مجرى البول الذى يفرغ منه البول والمنى ، وهى أنبوبة محاطة بأنسجة تشبه الأسفنج ولها ميزة الانتفاخ والتصلب عندما يتدفق إليها الدم (عند الانتصاب) .

يبلغ طول القضيب فى المتوسط عند انتصابه ١٢ ـ ١٥ سم ، ولا يلعب طول القضيب أو ضخامته دوراً مهماً فى الاتصال الجنسى أو المتعة الجنسية كما هو شائع .

الخصية :

للإنسان خصيتان ، والخصية هى غدة تشبه البيضة مكونة من فصوص تجتمع حول قنوات صغيرة متعددة ، والخصيتان محاطتان بغلاف جلدى معلق فى أسفل الجذع بين الفخذين شبيه بالكيس يسمى الصفن .

ومهمة الخصيتين إنتاج الحيوانات المنوية الضرورية للإخصاب ، وكذلك إفراز الهرمونات التى تصب فى الدم .

ما هو الحيوان المنوى :

هو بذرة الإخصاب التى تفرز من الرجل لتندمج (تخصب) بويضة الأنثى ـ بإذن الله ـ فينتج عن ذلك أول بذرة للجنين ، أى أنها هى الخلايا المذكرة للتكاثر ، ويفرز الرجل فى الدفقة الواحدة كمية من المنى تحوى مئات الملايين من الحيوانات المنوية لا يتم التلقيح فقط إلا بواحدة منها مع بويضة الأنثى .

تحوى الخصية آلاف الأنابيب الملتفة حول بعضها والتى تعمل على تكوين الحيوانات المنوية .

تجتمع القنوات المنوية فى شكل عبارة عن جسم مستطيل يعرف باسم البربخ ، تجتمع فيه القنوات المنوية . فى قناة واحدة تخرج من أسفله وتسمى بالوعاء الناقل الذى ينقل المنى إلى حويصلة تعرف بالحويصلة المنوية وهى الجزء المستقر على جانب غدة البروستاتا .

والبروستاتا :

هى مجموعة غديات مجتمعة تستقر عند عنق المثانة ووظيفتها إفراز مادة لزجة تختلط بالمنى المتكون من الخصية فتحفظ للحيوان المنوى حياته .

الجهاز التناسلى للأنثى

تقسم الأعضاء التناسلية للمرأة إلى قسمين :

(أ) الأعضاء التناسلية الخارجية .

(ب) الأعضاء التناسلية الداخلية .

(أ) الأعظاء التناسلية الخارجية :

وتتكون من :

١ ـ الشفران الكبيران :

وهما يستران مدخل الجهاز التناسلى للأنثى ، وهما عبارة عن طبقة بلون جلد الأنثى ، يغطيها شعر العانة ، والشفران الكبيران يتلامسان بحافتهما كدفتى الباب عند العذارى وبذلك يتمان إغلاق فوهة الجهاز التناسلى .

٢ ـ الشفران الصغيران :

وهى ثنية مثلثة الشكل لا تظهر عادة إلى خارج الشفر الكبير ، لونها وردى ، يختبئان خلف الشفرين الكبيرين .

٣ ـ البظر :

ويقع فى أعلى نقطة عند التقاء الشفرين الصغيرين من أعلى ، وهو أهم مناطق الإثارة بالنسبة للمرأة كما سيلى بيانه .

والبظر يعلو فتحة البول ، تنتشر فيه شبكة من الأعصاب الحساسة لذا هو أكثر المناطق إحساساً باللذة وتقبلاً للإثارة .

٤ ـ فتحة البول :

وتوجد فى الزاوية العلوية من الشفرين الصغيرين ، أسفل البظر ، وأعلى فتحة المهبل .

٥ ـ فتحة المهبل :

وهى الفتحة التى يتم الجماع من خلالها ، ويسدها غشاء الكبارة .

(ب) الأعضاء التناسلية الداخلية :

وتتكون من :

١ ـ المهبل :

وهو عبارة عن قناة طولها ١٠ ـ ١٢ سم مكونة من جلد مخاطى تحيطه ألياف عضلية طولية ومستديرة ، وهو العضو الأنثوى الخاص بالجماع .

وهو قابل للامتداد والاتساع ، مبطن بغشاء وردى اللون مخاطى ، متين ، ولجدرانه القدرة على التمدد والاستطالة ، وتفرز جدرانه مادة لزجة ، ويفرز مواد حامضية تحمى الجهاز التناسلى للأنثى من الجراثيم الضارة .

وتمتص جدران المهبل بعض المواد الحيوية من منى الرجل .

٢ ـ الرحم :

وهو عضلة مجوفة كمثرية الشكل مبطنة بغشاء مخاطى ، وحجم الرحم الطبيعى لا يتعدى قبضة اليد العادية ، ولكنه يكبر وتتضخم كتلته العضلية أثناء الحمل بشكل لا يكاد يصدق .

٣ ـ قناتى فالوب (بوق الرحم) :

وهما قناتان عضليتان تخرجان من أعلى جانبى الرحم ، تمتدان من الرحم فى صورة قناة ضيقة جداً يزداد اتساعها تدريجياً كلما اقتربت من المبيض لتصبح على شكل بوق عند المبيض .

ووظيفة قناة فالوب هو استقبال البويضة التى تخرج من المبيض ونقلها إلى داخل الرحم ، إذ يبلغ طول القناة الواحدة ١٠ ـ ١٥ سم ، فى داخلها ثنايا وأخاديد مجهزة بأهداب مهتزة دائبة الحركة تشكل تياراً متحركاً ناحية الرحم ، فهى تسوق البويضة نحو الرّحم لتستقبل الحيوان المنوى هناك ، كما أن هذه الاهتزازات تهيج الحيوانات المنوية فتتجه للبويضة .

٤ ـ المبيضان :

تحمل كل أنثى مبيضين ، وهما الغدتان التناسليتان عند المرأة ، ويطلق المبيض بويضة واحدة كل شهر فى الغالب .

أهم أجزاء الجهاز التناسلى بالنسبة للاتصال الجنسى عند المرأة

لا تلعب أعضاء المرأة التناسلية كلها دوراً فى العمل الجنسى ، بل أن بعضها خاص بعملية الإنجاب والولادة فقط ، وبعضها الآخر أعضاء تناسلية حساسة تلعب دوراً هاما فى متعة الاتصال الجنسى ، وهذه الأعضاء بالذات يخيم عليها الظلام والإهمال التام من قبل الرجل .

وأكثر ما يعرفه الرجل من الأعضاء التناسلية عند المرأة هى المهبل الذى يعرفه عن طريق العلاقة الجنسية ، ثم الرحم الذى تحمل المرأة فيه أطفاله ! !

والواقع أن المهبل ـ ما عدا ثلثه الأول ـ والرحم كله أقل أعضاء المرأة إحساساً فى عملية الاتصال الجنسى ، والإحساس بلذته .

والبظر فى أعضاء المرأة التناسلية ـ وهو نظير عضو التذكير (القضيب) عند الرجل ـ هو الذى يقود العملية الجنسية عند المرأة ، وهو أكثر أعضائها حساسية بلذة الاتصال الجنسى ، وبدونه لا تشعر المرأة بلذة هذا الاتصال ولا تصل إلى قمة إثارتها .

والبظر يشبه ـ فى تكوينه وشدة حساسيته ودوره فى عملية الجنس ـ عضو التذكير عند الرجل .

وقد لا يعرف الزوج أهمية البظر بالنسبة للعمل الجنسى عند المرأة ، ويزاول الاتصال الجنسى مع زوجته طيلة سنوات وسنوات وينجب منها عدة أطفال دون أن تشعر الزوجة بلذة الاتصال الجنسى وتصل إلى ذروتها (الشبق) ، وعلى الأخص إذا كانت هى نفسها تجهل ما للبظر فى ذلك من دور ، ومثل هذه الزوجة من النساء يتزوجن وينجبن العديد من الأطفال ويمتن قبل أن يعرفن لذة العملية الجنسية أو يصلن مرة واحدة إلى ذروة هذه اللذة .

وبعض الرجال يتصور أن عنق الرحم هو أكثر أعضاء المرأة إحساساً بالعملية الجنسية ، ويزعم أن القضيب إذا لامس عنق الرحم فإنه يحقق للزوجة الوصول إلى ذروة اللذة ، وهذا اعتقاد خاطىء فليس لحجم عضو الرجل أو طوله أية فاعلية فى هذا الأمر ، أو أنهما دليلان على الفحولة الجنسية أو ضعفها ، كما أن عنق الرحم هو أقل أعضاء المرأة إحساساً بالاتصال الجنسى .

وعموما فالمرأة لا تصل إلى قمة اللذة عن طريق المهبل وحده بدون طريق البظر .

والمرأة تفضل الإثارة عن طريق المهبل لأسباب نفسية ، وعن طريق البظر لأسباب جنسية .

هرمونات الأنوثة والذكورة

الهرمونات هى مواد عضوية يصنعها الجسم وتفرز إلى الدم بواسطة غـدد خاصـة ، تقوم هذه الغدد بإفراز الهـرمونات حسب حاجة الجسم لها .

وتؤدى الهـرمونات وظائف عديدة بالجسم ، فمنها ما يساعد على نمو الجسم مثل هرمون النمو ، ومنها ما يساعد على تنظيم التفاعلات الكيمـاوية فى الخـلايا مثل هرمونات الغدة الدرقيـة والأنسـولين ، ومن الهرمونات ما يقوم بحفظ الأملاح فى الجسم مثل الكورتيزون ومنها ما يساعد على حفظ توازن الكالسيوم فى الدم مثل هرمونات جوار الغدة الدرقية .

وما يعنينا هنا هو الهرمونات الجنسية والتى تنقسم إلى :

هرمونات الأنوثة :

وتفـرز هذه الهـرمونات بواسطة المبيض وتشـمل على الاسـتـروجين والبروجسترون ، وهما الهرمونات المسؤلان عن صفة الأنوثة والحمل .

فالاستروجين هو الهـرمون المسئول عن نضج الأنثى جنسيا ، فهو الذى يسـاعـد على نمو الثـديين ونعـومـة الجلد ، والأنوثة فى الصـوت والجاذبية الجنسية ، ونمو الرحم ، وتنظيم الدورة الشهرية .

ويقوم هرمون البروجسترون بدور هام فهو يساعد على تهيئة جدار الرحم الداخلى للإخصاب ويساعد أيضا على حفظ الجنين داخل الرحم أثناء فترة الحمل ، ويلعب دوراً هاماً فى تنظيم الدورة الشهرية .

وتسبب هرمونات الأنوثة مضاعفات خطيرة إذا أسىء استعمالها أو إذا استـعـملت بكميات تزيد على حاجة الجسم ، ومن هذه المضـاعـفـات حدوث القىء والغثـيان وتقلصات فى البطن وصداع وضـمـور الثـديين

وفقدان الشهية واضطرابات فى الجهاز الهضمى ، مع احتمال حدوث أورام .

هرمون الذكورة : التيستيترون ، ويفرزه الخصيتان تحت تأثير هرمون آخر تفرزه الغدة النخامية ، وعندما يقل إفراز هرمون الذكورة بواسطة الخصيتين ينشط هرمون الغدة النخامية ليعوض النقص فى إفراز هرمون الذكورة ، والعكس صحيح فإذا زاد إفراز هرمون الذكورة بواسطة الخصيتين أو زاد معدله فى الدم فإن ذلك يساعد على تقليل نشاط هرمون الغدة النخامية .

وقد اعتاد بعض الأشخاص تناول هرمون الذكورة لتنشيطهم جنسياً ، وهذا ـ مع الإفراط فيه ـ يؤدى إلى تقليل إفراز ونشاط هرمون الغدة النخامية فلا يستطيع بعد ذلك التأثير على هرمون الذكورة ، وهنا يتعود الشخص على الهرمون الذى يتناوله فلا يستطيع ممارسة نشاطه الجنسى بدونه ! !

وهرمون الذكورة له وظائف ثلاث هى :

ـ التغلب على تأثير هرمون الأنوثة .

ـ المساعدة على النشاط الجنسى .

ـ المساعدة على بناء العضلات وتقوية الجسم ، فهو المسئول عن التغييرات التى تحدث فى جسم الشاب عند البلوغ ، فهو يساعد على ازدياد طول جسمه ، ونمو عضلاته وخشونة جلده ، ونمو شعر الذقن والشارب ، وتحت الإبط ، وخشونة الصوت . . . إلخ .

وعند إساءة استعمال هذا الهرمون أو الإفراط فيه فإنه يسبب مضاعفات خطيرة يسبب مضاعفات خطيرة ، كحدوث إصابات فى الكبد أو الإصابة بمرض الصفراء ، واختزان الماء والأملاح فى الجسم ، وظهور حب الشباب وغزارة نمو الشعر .

الفصل الثاني

ليلة الزفاف وما بعدها

* ليلة الزفاف .
* غشاء البكارة .
* أشكال غشاء الكبارة .
* فض غشاء البكارة .
* واجب الزوج الخلقى فى ليلة الزفاف .
* أوضاع فض غشاء البكارة .
* التهابات شهر العسل ، والوقاية منها ، وعلاجها .
* حذار فض غشاء البكارة بالأصبع .

ليلة الزفاف

وهى أول ليالى الحياة الزوجية ، وفى أول عملية جماع من هذه اللليلة تصبح الخطيبة زوجة . . . ، وأهم حدث فى هذه الليلة هو فض « غشاء البكارة » .

غشاء البكارة

غشاء البكارة : هو غشاء يوجد لدى الفتيات العذراوات ، ويغلق الفتحة الفرجية بصورة كاملة ، وأشكال الغشاء وسماكته تختلف من عذراء لأخرى ، ونادراً ما تولد الفتاة بدون غشاء بكارة ، وقد يتمزق بسبب مرض أو عبث أو حادث .

وهناك أغشية لها من الرقة والمرونة بحيث لا يتمزق بسهولة أثناء الممارسة الجنسية ، وقد يبقى سليماً حتى مولد الطفل الأول برغم تكرار العملية الجنسية .

والغالب أن يتمزق هذا الغشاء مع أول اتصال جنسى كامل ، ويحدث تمزقه ألماً خفيفاً ، وتنزف منه كمية قليلة من الدم .

وهذا الغشاء تولد به الأنثى فهو يتكون فى جسمها وهى لا تزال فى رحم أمها ، وينمو مع نمو الجسم كحال باقى الأعضاء .

أشكال غشاء البكارة :

يختلف شكل غشاء البكارة أيضاً من فتاة لأخرى ، فتكون فتحته إما دائرية أو بيضاوية الشكل ، وفى أغلب الفتيات فإنه يأخذ شكلاً هلالياً ، وهناك غشاء مشرشر أو مسنن الشكل ، وآخر به فتحتان ، وفتحات الغشاء هذه تسمح بنزول دم الحيض ، وفى بعض الأحيان تولد الفتاة وغشاؤها مسدود تماماً مما يمنع نزول دم الحيض وهنا لابد من التدخل الجراحى بمعرفة أخصائى لإحداث ثقب صغير لتصريف دم الحيض المتراكم داخل الفتاة .

وتزيد صلابة غشاء البكارة وعدم مرونته (قساوته) بتقدم السن ، فإذا جاوزت الفتاة الثلاثين وهى عذراء لم تمس ازدادت بكارتها صلابة ومتانة .

ملاحظـــة :

من الممكن أن يحدث حمل للفتاة العذراء إذا تسرب السائل المنوى عبر الثقب الموجود فى غشاء البكارة ، فحذار من الممارسة الجنسية ـ حتى وإن كانت سطحية ـ أثناء الخطوبة .

فض غشاء البكارة :

يتخيل بعض الرجال أن فض البكارة عمل شديد الصعوبة ، فيدخل أحدهم على عروسه متوهماً بأنه يحتاج لقوة جبارة لفض هذا الغشاء ، فيعاملها وكأنه فى معركة حربية ! !

والواقع أن فض غشاء البكارة من السهولة بحيث أنه بمجرد انتصاب قضيب الرجل وتصلبه فإنه بإدخال القضيب وبلا عنف يتم فض هذا الغشاء .

وكثير من الفتيات يتملكهن الرعب والفزع من هذه العملية فى الليلة الأولى ، من كثرة ما سمعن وما تردد حولهن من حكايات وأوهام مزعومة من آلام فض البكارة .

والواقع أن فض البكارة لا يصحبه إلا ألم طفيف جداً .

واجب الزوج الخلقى فى ليلة الزفاف :

صحيح أن الرجل لا يجد صعوبة فى ليلة الزفاف لفض البكارة غير أنه لابد أن يتعامل مع الزوجة بلباقة ومودة ، فهذه فتاته غادرت منزل والديها ثم وجدت نفسها معه فى عالم آخر جديد ، فيجب أن يشعرها زوجها بمودته ومحبته وملاطفته ، لا أن يعتبرها فريسة يجب عليه أن ينقض عليها ، ويفترسها ، بل يجب عليه أن يتصرف معها فى هذه الليلة

كخطيبة لا كامرأة أو زوجة ، ليست هذه الليلة ليلة متعة ، بل هى ليلة حب ، ليلة حب غير جنسى ، وأهمية هذه الليلة هى أهمية نفسية أكثر منها جسدية ، فلتكن ليلة مودة ومحبة ، وليست ليلة حربية وافتراس ، وعلى الرجل أن لا يبحث عن اللذة فى هذه الليلة ، بل يهتم بالزوجة ولا يجرح شعورها بتسرعه ورعونته ، فهو سيحصل على كل مطلوبه بالتروى ، وفى ظلال نور خافت ، بعد أن يترك لعروسه حريتها فى التعرى من ثيابها ، فلا يدخل عليها إلا بعد اضطجاعها فى الفراش ، وعليه هو أيضا أن يتعرى إما فى غرفة مجاورة أو وراء ستار مثلاً ، ولا يفاجئها بمنظره العارى لأن ذلك يؤلف لديها مشهداً تشمئز منه فى اليوم الأول .

ولتقوية معنويات المرأة وتشجيعها على التخلص من الخوف والرهبة يجب أن يجرى فض البكارة بدون تكلف .

قبل البدء فى إدخال القضيب لابد من أن يقوم الزوج بمداعبة عروسه وملاطفتها بشكل عاطفى ، ويبالغ فى المداعبة والملاطفة ، والتقبيل والمعانقة ويبادل زوجته الهمسات العاطفية والكلمات واللمسات الدافئة ، حتى تثار عروسه ويترطب المهبل بفعل الإفرازاته المهبلية الناتجة عن الإثارة ، وبرفق يقوم الزوج بإيلاج رأس الحشفة ما بين الشفرين الصغيرتين باتجاه الغشاء تقريباً ، ويبادل عروسه الهمسات العاطفية ، فلا تمضى دقائق معدودات حتى يصبح الإيلاج ممكنا وسهلاً .

ونقصد من كل ذلك أن تكون عملية فض الكبارة فى جو من المودة والحب والهدوء ، لا أن تكون فى صورة وحشية وافتراس ، فليس من المستحب أن تبدأ الحياة الزوجية بالاغتصاب .

وإذا فشل الزوج فى فض الغشاء فى الليلة الأولى فعليه أن يؤجل ذلك إلى صباح الغد .

جرح فض غشاء البكارة :

فى أغلب الأحيان يتمزق الغشاء تمزقاً اعتيادياً ، ولكنه يترك آلاماً بسيطة تحتاج معها المرأة ليومين أو ثلاثة للشفاء منها ، ويستحسن ترك الجماع فى اليومين التاليين لفض غشاء البكارة .

أوضاع فض غشاء البكارة :

هناك أوضاع للجماع يسهل معها فض غشاء البكارة بعد المداعبات الكافية لترطيب المهبل ، ومن هذه الأوضاع .

١ ـ أن تجلس العروس على حافة الفراش لاصقة فخذيها المفتوحين بكتفيها ما أمكن ، ويضبط الزوج نفسه بحيث يكون عضوه على فتحتها مع وضع ساقيها على كتفيه أو تلفهما حول وسطه ، ويثنى الرجل ركبتيه ثنينا خفيفاً ، ويحمل عروسه من مؤخرتها ـ ضابطاً عضوه على فتحتها ـ ثم يجلسها على فخذيه ، ويضمها بقوة وبخفة محدثا الإيلاج وفض الغشاء .

٢ ـ أن تنام المرأة على ظهرها لاصقة فخذيها المفتوحين إلى صدرها ما أمكن رافعة ساقيها لأعلى ، وبذلك ينفتح عضوها ، ثم يباشرها الرجل ويفض الغشاء .

٣ ـ أن ينام الرجل على ظهره وتعلوه المرأة ، التى تضبط فتحتها على عضوه ، وتقوم هى بالإيلاج والفض بما يناسبها ويسبب لها أقل الآلام .

وهناك حالات يكون فيها الغشاء سميكاً ولا يصلح فضه إلا بالتدخل الجراحى ، وهناك الغشاء المرن الذى لا يتمزق بالجماع .

تطهير جرح غشاء البكارة :

سيلى ذكره بعد قليل .

إلتهابات شهر العسل :

يصيب التهاب المثانة الإناث أكثر من الذكور حيث تكون قناة مجرى البول فيهن قصيرة ومكشوفة للخارج .

وعموماً تحدث الإصابة فى الأطفال ، وفى سن الخصوبة ، وتكثر بعد الزواج مباشرة إثر الجماع الأول (جماع ليلة الزفاف) ، وتسمى « التهابات شهر العسل » ، وينشأ التهاب المثانة فى هذه الحالة من تهيجها نتيجة لكثرة الجماع فى الأيام الأولى للزواج .

الوقاية من التهابات شهر العسل :

ينصح بعد فض غشاء البكارة التوقف عن الجماع ليوم أو يومين حتى تلتئم الجروح الطفيفة الناجمة عن ذلك ، مع عمل حمام دافىء ، بأن تجلس الزوجة فى ماء دافىء ـ يمكن إضافة أحد المطهرات إليه ـ أو عمل دش مهبلى ، ويجب العناية بتشطيف المهبل بالطريقة الصحيحة ، حيث يبدأ التشطيف من الأمام من عند فتحة البول ، وينتهى إلى الخلف (الشرج) ، وذلك بعد كل تبول ، أو بعد إتمام العملية الجنسية ، ويلاحظ أن إجراء التشطيف من الخلف للأمام ينقل الجراثيم الموجودة بالشرج إلى مجرى البول فيصاب المهبل بالالتهابات بفعل هذه الميكروبات .

وقد يحدث التهاب بالمهبل فى بداية فترة الزواج نتيجة لوجود تمزقات ملتهبة من جراء فض غشاء البكارة ، وهنا ينصح بالامتناع عن الجماع عدة أيام حتى يزول الاتهاب واستشارة الطبيب .

الأعشاب وعلاج الالتهابات :

هناك وصفات عديدة للعلاج بالأعشاب من حالات التهابات المهبل والمثانة ومنها :

١ ـ شرب مغلى الشمر .

٢ ـ شرب فنجان واحد يوميا من مستحلب زهر البابونج .

٣ ـ عمل حمام تشطيف مهبلى بنقع ثلاث ملاعق كبيرة من البابونج فى لتر ماء مغلى ويترك حتى يصبح فاتراً ، ثم يصفى ، وتجلس فيه الزوجة .

٤ ـ مغلى قشر الصفصاف ، ويستعمل كما سبق مع البابونج .

٥ ـ مغلى بذر الكتان .

فض البكارة بالأصبع . . . . حذار :

إعتاد كثير من أهل الريف على فض البكارة بأصبع العريس أو أصبع الداية ، وهى عملية وحشية لا إنسانية قاسية ، ومروعة ، ومؤذية . . . ، وقد تسبب نزيفاً شديداً للعروس يحتاج إلى جراحة عاجلة لوقفه ، كما أنه يسبب آلاماً شديدة للعروس ويمثل صورة سيئة لا تفارق خيالها لمدة طويلة ، والأولى ترك هذه العادة الذميمة وإجراء فض الغشاء بالاتصال الجنسى وكما أوضحناه سابقاً .

الفصل الثالث

القوة الجنسية

* ما هى القوة الجنسية ؟
* كيف يحدث الانتصاب ؟
* لا صلة بين القوة الجنسية والإنجاب .
* أسباب الضعف الجنسى .
* الغذاء والجنس .

القوة الجنسية

ما هى القوة الجنسية للرجل ؟ وما هى مقوماتها ؟ سؤال مهم يجب قبل الإجابة عليه أن نوضح مقدمات لابد منها ، فالجنس هو وظيفة هامة من الوظائف التى يؤديها جسم الإنسان ، ولابد لكى يؤديها على الوجه الأكمل أن تتوافر عدة عناصر معينة .

١ ـ لابد أن تكون الخصيتان فى حالة طبيعية ، من حيث التركيب، ومن حيث إفراز المنى ، وهو السائل المنوى الذى يؤدى إلى حدوث الإنجاب .

وهرمون الخصية هو أهم الهرمونات التى تسيطر على القوة الجنسية للرجل ، إن هذا الهرمون تفرزه خلايا خاصة فى الخصيتين ، فإذا قل أو انعدم قلت بالتالى أو انعدمت القوة الجنسية ، ولذلك فإن أهم عنصر من عناصر القوة الجنسية هو إفراز هذا الهرمون بطريقة طبيعية .

٢ ـ يجب أن يحدث الانتصاب بطريقة طبيعية كذلك .

كيف يحدث الانتصاب :

إن الجهاز العصبى هو الذى يسيطر على النشاط الجنسى مثلما يسيطر على أى نشاط آخر بالجسم ، وفى هذا الجهاز مركزان :

الأول : فى المخ .

والثانى : فى الجزء القطنى من النخاع الشوكى .

وعندما يثار الرجل ترتسم صورة الإثارة فى المخ ، فيتأثر المركز العصبى الخاص بالنشاط الجنسى فيه ، ويترتب على ذلك وصول إشارات إلى أعصاب النخاع الشوكى ، التى ترسل بدورها تنبيهات إلى أعصاب الأوعية الدموية الخاصة بعضو التناسل ، عندئذ تفتح وتمتلىء بالدم فيحدث الانتصاب .

٣ ـ هناك ـ إلى جانب هذه الوظائف ـ عوامل أخرى مساعدة ، وهى عوامل هامة وضرورية فى تشكيل القوة الجنسية للرجل ومنها :

* نوع الغذاء الذى يتناوله الشخص ، بكل ما يحتاجه من عناصر الطاقة والبناء ، فالجسم السليم النشيط يؤدى كافة وظائفه بطريقة سليمة وصحية ، والطعام هو الوقود اللازم للجسم كله ولإتمام تأدية الوظائف الضرورية ومنها بالطبع النشاط الجنسى (وسنتناول دور الغذاء مع الجنس فى موضع قادم إن شاء الله) .

* وهناك أيضاً العامل النفسى ، وهو عامل مهم فى القوة الجنسية للرجل ، فلابد أن يكون هناك حب بين الزوج وزوجته ، وأن يكون هذا الحب هو أساس العلاقة بينهما .

والمعروف والملاحظ أن المشاكل النفسية والاجتماعية تعوق أداء الرجل لدوره المنوط به وتؤثر على قدرته الجنسية .

* يضاف إلى ذلك عامل الوراثة ، فإن الشخص يرث من صفات والديه الجسمية والعضوية صفاتهما الجنسية من حيث التركيب والقدرة على الأداء .

* والبيئة لها أثر واضح لا يقل أهمية عما سبق ، فالتربية الجنسية السليمة تقود الشخص إلى بر الأمان ، فإن الانفتاح أو الانغلاق بالنسبة للجنس وتعبير المجتمع عنه ، وتناول المجتمع له تؤثر فى تكوين المعرفة عن الجنس ، فقد يؤدى الكبت إلى انفلات العيار ، بينما تؤدى التربية والمعرفة الجنسية ـ فى حدود الآداب والشرع ـ إلى أن يكون كل شىء طبيعياً وآمناً .

لا صلة بين القوة الجنسية والإنجاب :

تختلف القدرة على ممارسة الجنس عن القدرة على الانجاب ، فالقدرة الجنسية ـ كما أسلفنا ـ ترتبط بعوامل عضوية ونفسية وعصبية

واجتماعية ، بينما تخضع القدرة على الإنجاب لعوامل أخرى منها أن تكون الحيوانات المنوية للرجل سليمة وحية وفى حالة طبيعية ، ولها نسبة معينة حتى يحدث الاخصاب ، هذا بخلاف اعتبارات أخرى يجب توافرها فى المرأة (الزوجة) كسلامة الرحم والتبويض . . . إلخ .

من هنا لا صلة للقوة الجنسية بالقدرة على الإنجاب ، فإن هناك أشخاصا يتمتعون بقوة جنسية كبيرة ، ولكن لا يستطيعون الإنجاب ، والعكس صحيح فقد يستطيع شخص ـ ضعيف فى قدرته الجنسية ـ الإنجاب .

أسباب الضعف الجنسى :

أولاً أسباب نفسية :

وهى أسباب متعددة ، ولكن أهمهما :

* الجهل والخجل من الجنس ، فإن الكثيرين من الذين لا يعلمون شيئاً عن الجنس يعانون من ضعف جنسى ، وكذلك الذين يصيبهم الخجل من كل ما يتصل بموضوع الجنس ، دون أن يكون لديهم أسباب مرضية .

* والإصابة بالصدمات النفسية تؤدى إلى ضعف القدرة الجنسية ، والقلق والأرق والتوتر العصبى يؤدى إلى نفس النتيجة .

* ويلعب الوهم والخوف من الربط (السحر الذى يمنع الرجل من إتيان زوجته) دوراً هاماً فى هذا ، فمن يعتقد أنه ضعيف ،.وأنه سيفشل فى ممارسة الجنس ، إلخ ، لا يمكنه من أداء العملية الجنسية بصورة كاملة وطبيعية .

* والمشاكل الاجتماعية والأسرية وخلافها مما يسبب التوتر والقلق تؤدى إلى عدم تمام القدرة الجنسية وبصفة عامة فإن الأداء الجنسى الجيد لابد أن يصاحبه استقرار نفسى وهدوء بال وطمأنينة وثقة بالنفس .

* الإحباط الناتج عن الإصابة بمرض مزمن والخوف من الموت ، أو وجود عيوب خلقية معينة يتشكك معها الزوج فى قدرته ، تؤثر بالضرورة فى أدائه الجنسى .

* الفشل فى ممارسة الجنس فى مرة سابقة على الزوج والخوف من تكرار الفشل فى ممارسة الجنس ـ بالذات ليلة الزفاف ـ مع الخجل وعدم الثقة بالنفس من أكثر الأسباب شيوعاً للضعف الجنسى ، مع ما يصاحبهما من الرهبة من ليلة الزفاف وما سمعه الزوج من الحكايات العجيبة التى تتردد عن ليلة الزفاف وفشل هذا أو ذاك فى الجماع .

* والعروس فى ليلة الزفاف لها دور مهم فى هذا الموضوع ، فإن الزوج قد يصاب بارتخاء وضعف نفسى نتيجة الخجل من زوجته أو خوفه الشديد عليها أو نتيجة صدها له وامتناعها ورفضها المبالغ فيه ليلة الزفاف .

كل هذا يدخل فى الأسباب النفسية التى تسبب الضعف الجنسى .

وعلى الزوجة فى مثل هذه الحالة أن تخفف من وطأة هذا الموقف النفسى العصيب على زوجها ، فلا تعايره بفشله ، ولا تظهر له امتناعها عن الجماع ، ولا تظهر له خوفها ورعبها منه ، بل يجب عليها أن تشجعه وتساعده بتهدئة أعصابه ومبادلته الحب والمشاعر الطيبة ، ولا تكون سلبية أثناء الجماع ، بل عليها أن تثيره وتلهب عواطفه ومشاعره ، بدلاً من أن تصده وتمتنع عنه ، أو تجعل نفسها وكأنها لوح من الجليد أو الخشب فتبدو أمامه وكأنها لا دور لها ولا مهمة لها فى العملية الجنسية ، وتأمل قول النبى ﷺ لجابر بن عبد الله : « هلا تزوجت بكراً تلاعبها وتلاعبك » قال : « تلاعبها وتلاعبك » مشاعر متبادلة وتشجيع من الطرفين للآخر .

والعملية الجنسية يمكن تقسيمها إلى ثلاث مراحل :

أولها : الملاعبة التمهيدية .

وثانيها : الاتحاد الجنسى الفعلى (إيلاج الذكر داخل الفرج) .

وثالثها : الملاعبة النهائية .

ورغم أن هذه العملية عبارة عن تجربة عاطفية لا يمكن تقسيمها إلا أن هذا التقسيم ليس إلا لمجرد تسهيل الفهم ، فالجهل هو مصدر الخطأ دائما ، فكثير من الناس لا يعرفون أن المرأة تحتاج إلى تمهيد وملاطفة قبل أن تستسلم للزوج في ابتهاج ، فهى تحتاج إلى الحب والرقة من جانب الزوج ، وتحتاج أيضاً إلى تمهيد جسدى عن طريق الملاعبة المثيرة .

بل إن الرجل الذى يحب زوجته فعلاً يحس بحاجته إلى هذه الملاعبة ، بل إن هذه الملاعبة تمثل أمتع ما فى العملية الجنسية بالنسبة للمرأة .

ويجب أن يفهم الرجل أن جسد المرأة أكثر انفعالاً منه وأكثر تأثيراً للّمس والضغط .

والرجل الذى يغفل هذه المداعبة نتيجة لجهله أو أنانيته أو خجله الزائف يجعل زوجته لا تستسلم له تماماً بل تتحول العلمية إلى ما يشبه الاغتصاب ، وطبعاً لا يمكن أن يحقق الاغتصاب ما نقصده من الاتحاد الجنسى .

اتفاق لحظات ذروة الإثارة بين الزوج وزوجته :

يجب أن يصل الرجل إلى قمة اللذة فى اللحظة التى تصل فيها الزوجة إلى قمة لذتها ، ولذلك على الزوج أن يروض نفسه ، وينتظر حيت تصل الزوجة إلى هذه القمة حتى يحدث لهما بذلك الانسجام الجنسى .

أما الرجل الذى لا ينتظر فإنه يحطم اللعبة الغرامية دون أن يدرى ، ويمكن أن نقول أن العملية الجنسية هى المدرسة التى تقضى على

الأنانية ، لأن الزوج إذا ما فكر فى نفسه فقط فلن يحصل على نفس اللذة الهائلة التى يحسها إذا ما فكر فى رغبات زوجته .

فالعملية الجنسية يمكن أن تقرب أو تباعد ما بين الرجل والمرأة ، والإشباع الجنسي هو إحساس متبادل لا يتحقق إلا إذا حدث تناغم ينتج عنه الانسجام بين الاثنين .

المداعبات النهائية ضرورية :

أما عن الملاعبة النهائية التى تعقب العملية الجنسية فهى شيء ضرورى رغم أن الكثيرين يهملونها ، إذ يجب أن لا ينفصل الزوجان مباشرة بعد الجماع ، بل يظلا متعانقين ، لأن الزوج يحس أن زوجته تريد أن تبقى فى حوزته عاطفياً وجسدياً وأنها ما زالت متوترة ، كما أن الشكر المتبادل بينهما يزيد الروابط العاطفية قوة .

أى أن لهذه الملاعبة النهائية أثرها فى تثبيت العلاقات الزوجية وتحقيق سعادة الزوجين معاً .

ثانياً : أسباب عضوية للضعف الجنسى :

إنسداد الأوردة والشرايين المتصلة بعضو التناسل .

* مرض البول السكرى .
* التهاب الأعصاب .
* تضخم البروستاتا (التهاب البروستاتا) .
* ارتفاع ضغط الدم .
* أمراض القلب .
* وجود قصور فى وظائف الغدة النخامية والجاركلوية أو الخصية ، أو البنكرياس .
* الأورام أو جود كسور فى منطقة الحوض أو الإصابة بالطلقات النارية ، وإصابات الحوادث .

* الإرهاق والإجهاد والهزال والضعف الشديد .

* بعض العمليات الجراحية فى منطقة الحوض أو إصابات العمود الفقرى .

* حقنة البنج النصفى تسبب أحيانا فقداناً فى القدرة الجنسية (قد يكون مؤقتاً أو مستديماً) .

* وجود عيوب فى القضيب أو قرح .

* بعض الأدوية تؤثر فى الأداء الجنسى كالأدوية المضادة لارتفاع ضغط الدم والأدوية المدرة للبول والأدوية المضادة للاكتئاب ، المخدرات ، والمسكرات بأنواعها .

تنبيهات لابد منها :

* لا صلة بين حجم عضو التناسل وبين الضعف الجنسى أو القوة الجنسية ، فإن صغر الحجم لا يعنى وجود الضعف ، كما أن كبر الحجم لا يعنى القوة .

لا يوجد ارتباط بين هذا وذاك .

* اللجوء إلى الدهانات الموضعية ـ ومعظمها مخدر ـ لا تضيف إلى القوة الجنسية شيئا ، وتأثيرها وقتى ، ومثلها المخدرات والخمور .

* الوصفات التى يعطيها العطار أو غيره لا تؤخذ بأمان كامل فقد يكون لها أضرار أخرى جانبية أكثر من نفعها .

* لا توجد أية صلة بين سرعة القذف والضعف الجنسى ، فهما حالتان مختلفتان ولكل منهما علاج مختلف عن الأخرى ، ولا ارتباط بين هذه وتلك .

الغذاء والجنس

وصفات مقوية تناسلياً :

* عصير الجزر مع البيض البلدى يشرب منه كوب يومياً فإنه مقوى ومنشط .

* حب العروس (يشرب كالشاى) .

* السورنجان معجوناً بالعسل (يؤخذ كالمربى ملعقة صغيرة بعد الإفطار) .

* السورنجان (خميرة العطار) قدر فنجان ـ مطحونة ـ مع ٢ ملعقة كبيرة من الزنجبيل وملعقة كبيرة من الفلفل الأسود و٢ ملعقة كبيرة من الخولنجان ويخلط جميعاً ويعبأ وتؤخذ قدر ملعقة صغيرة تنقع فى اللبن من المساء للصباح ثم تحلى بملعقة عسل ويضاف عليها ثلاث بيضات بلدى ويشرب ذلك فإنه من المقويات .

* طلع النخيل مع عسل النحل .

* أغذية مفردة : البقدونس ، البصل ، الجرجير ، الجزر ، الكرفس ، الخس ، الخرشوف ، القلقاس ، الحرمل ، اللعبة المرة ، حبة البركة ، الصندل ، الزعفران ، الحبهان ، حب العزيز ، الزنجبيل .

* القرنفل يشرب مه ملعقتين على الريق مدقوقاً ومضافاً إلى الحليب .

* الخولنجان مسحوقاً ويضاف إلى لبن حليب ويشرب على الريق .

* الأسماك واللحوم بأنواعها .

* الزنجبيل والفلفل الأسود والقرنفل والمستكة وبذر الفجل يطحن منهم أجزاء متساوية وتغمر مع عسل أبيض وتوضع على النار حتى تنضج ، يؤخذ منه ملعقة صغيرة .

* مغلى ورق السمسم مع بذر الكتان شرباً .

* يؤخذ مزيج من الحبة السوداء وزيت الزيتون واللبان الذكر .

* ينقع الحمص حتى يلين ويؤكل منه ، ويشرب من ماء النقع مع العسل .

الفصل الرابع

الصحة الجنسية في الإسلام

* سنن الفطرة .
* العادة السرية ، وأضرارها .
* الأمراض الجنسية عقوبة إلهية .
* تحريم جماع الحائض وأضراره .

الصحة الجنسية فى الإسلام

إختار الله سننا للأنبياء عليهم السلام وأمرنا بالاقتداء بهم فيها ، وجعلها الإسلام شعائر لأتباعه يتميزون بها عن غيرهم من ملل الكفر ، وهذه الخصائص تسمى سنن الفطرة ، وسوف نتحدث عن خمس من هذه السنن لأن لها صلة وثيقة بموضوع البحث .

١ - الاستحداد : (حلق العانة) :

ويقصد به حلق الشعر الذى ينبت على الأعضاء التناسلية فى الذكر والأنثى .

الحكمة من وجود شعر العانة : وقد اكتشف العلم الحديث عدة فوائد لوجود الشعر حول الأعضاء التناسلية ، ومنها :

* المحافظة على الجلد فى المناطق المحيطة بالشعر .
* المساعدة على نمو الأوعية الدموية خلال الاستثارة الجنسية .
* حماية منطقة الفرج من التعرض المباشر للأضرار الخارجية .

حكم الاستحداد : هو سنة من سنن الهدى لقوله ﷺ : « الفطرة خمس : الاختتان ، والاستحداد ، وقص الشارب ، وتقليم الأظافر ، ونتف الإبط » (متفق عليه) .

وذهب ابن العربى المالكى إلى وجوب الاستحداد .

الحكمة من الاستحداد : المحافظة على صحة الجسم وقوته وسلامته ، لأن تكاثر الشعر فى هذه المناطق يسبب الكثير من الالتهابات الجلدية التى تضر بالجسم ، والاستحداد فى ذاته نظافة وطهارة .

المدة التى لا ينبغى تجاوزها فى الاستحداد : فى حديث أنس بن مالك رضى الله عنه قال : وقّت رسول الله ﷺ فى قص الشارب وتقليم الأظافر ونتف الإبط وحلق العانة أن لا تترك أكثر من أربعين ليلة (رواه مسلم) .

٢ ـ نتف الإبط :

السنة نتف الإبط كما سبق ذكره فى الحديث ، ومن لم يستطع ومن لم يحتمل نتفه فيجوز له حلقه .

الحكمة منه : الإبطان محل للرائحة الكريهة والتى تنتج عن تكاثر ملايين البكتيريا فى هذه المنطقة غزيرة العرق ، وإزالة الشعر منها يسهل تنظيف الجلد ومسام العرق .

حكمه : هو سنة من سنن الإسلام .

٣ ـ الختان :

هو قطع الجلدة التى على رأس العضو التناسلى فى الذكر .

حكمه : الختان واجب على الذكور شرعاً .

فائدته : بقطع القلفة نتخلص من بعض الإفرازات الدهنية الشحمية التى تفرزها القلفة والتى بتراكمها تتعفن وينشأ عنها روائح مقززة كريهة .

بقطع القلفة (الختان) تقل إصابة الشاب بالأمراض التناسلية الزهرية ، لأن القلفة هى المكان المحبب والمفضل لجراثيم الزهرى .

تقل احتمالات الإصابة بالسرطان ، حيث ثبت أن السرطان كثير الحدوث فى الأشخاص الغير مختونين ، بينما تجده نادراً فى الشعوب التى توجب عليهم شرائعهم الدينية (كالمسلمين) الختان .

ختان الأطفال يجنبهم التبول الليلى اللا إرادى .

الختان يقلل من اللجوء إلى العادة السرية لأن وجود القلفة وإفرازاتها يثير الأعصاب التناسلية حول قاعدة الحشفة فيدعو المراهق إلى مداعبتها والاتجاه إلى ممارسة العادة السرية .

المختونون تطول مدة الجماع عندهم أكثر من غير المختونين ، لذلك فهم أكثر استمتاعا باللذة ، وأكثر إمتاعاً للمرأة .

٤ ـ الاستنجاء :

هو تنظيف القبل والدبر بعد خروج البول أو الغائط .

حكمه : واجب على كل مسلم .

الحكمة منه : إزالة القاذورات والروائح الكريهة وملايين الجراثيم والميكروبات التى تتجمع فى مثل هذه الأماكن ، مما يحد من انتشار الأمراض والأوبئة .

٥ ـ الغسل :

وهو تعميم البدن بالماء .

أركانه :

(أ) النية بالقلب .

(ب) غسل جميع أعضاء البدن .

كيفيته :

* استحضار النية فى القلب .

* غسل مواضع الاستنجاء .

* غسل مواضع الوضوء ، ما عدا الرجلين فيؤخرهما حتى ينتهى من غسل جسمه كله .

* تخليل شعر الرأس واللحية بالماء ، وإفاضة الماء على الرأس ثلاث مرات .

* غسل الشق الأيمن للجسد ، ثم الأيسر .

* غسل القدمين .

العادة السرية

هى تصريف الطاقة الجنسية عن طريق مداعبة الأعضاء التناسلية ، وتتم فى الخفاء سراً ، ومن هنا عرفت باسم « العادة السرية » .

حكمها شرعاً :

ذهب الجمهور إلى أن العادة السرية حرام ، قال شيخ الإسلام ابن تيمية فى مجموع الفتاوى (١٠/٥٧٣) ، (٣٤/٣٢٨) : الاستمناء باليد حرام عند جمهور العلماء ، وهو أصح القولين فى مذهب الإمام أحمد .

أضرار العادة السرية :

يدخل فى ذهن كثير من الشباب ـ للأسف الشديد ـ أن العادة السرية لو اقترن إتيانها بالصور والأوضاع المختلفة منذ ابتداء ممارستها يجعل التلذذ المصحوب بالقذف عن العادة السرية أقوى من ذلك الناتج عن العملية الجنسة الطبيعية ، فيندفع الشاب ضعيف الإرادة لممارسة ما يحدث له اللذة عن طريق العادة السرية !

مثل هذا الشاب عندما يتزوج يعانى من متاعب كثيرة فى بداية حياته الزوجية لتعوده على أسلوب العادة السرية وعدم الشعور باللذة الواجبة عند الجماع بزوجته ، الأمر الذى يهدد المنزل بالتفكك .

والواقع أن ممارسة العادة السرية والانغماس فيها يحدث الأضرار الآتية :

١ ـ احتقان بغدة البروستاتا ، والحويصلات المنوية يسبب سرعة القذف ، أى بمجرد ملامسة العضو يحدث القذف فيشعر المرء أنه غير قادر على القيام بالعملية الجنسية عند زواجه ، وهذا يعقبه أحياناً الإصابة بالضعف الجنسى (فقد القدرة على الانتصاب) .

٢ ـ الضغط على العضو المصاحب للعادة للسرية يفوق الضغط

اللازم للعملية الجنسية الطبيعية وعليه لا يشعر الشاب المدمن للعادة السرية باللذة من العملية الجنسية الطبيعية كتلك المصاحبة للعادة السرية ، بينما الشاب العادى يستمتع كثيراً بالحياة الجنسية الطبيعية .

٣ ـ وهناك أعراض عامة تحدث نتيجة ممارسة هذه العادة مثل الكآبة النفسية الانطواء والبعد عن المجتمع ، والضعف العام ، الشحوب ، ضعف الشخصية .

٤ ـ ومن أضرارها أنها تنشط إفرازات الغدد التناسلية مما يزيد الحاجة إليها بعد ممارستها ، فيسهل رسوخ هذه العادة فيترتب عليها احتياجات جسمية إضافية من إفرازات هذه الغدد .

الـزنـــا

وهو حرام بنصوص الكتاب والسنة .

أضراره :

١ ـ تعطيل الزواج .

٢ ـ انتشار الأمراض الجنسية الفتاكة ، ومن أمثلتها :

الأمراض الجنسية عقوبة إلهية :

١ ـ الإيــدز : (مرض فقدان المناعة المكتسبة) ، وهو طاعون العصر ، ولم يكن معروفاً من قبل ، ويسببه فيروس تم اكتشافه عام ١٩٨٣ ، وهو يهاجم الجهاز المناعى فى جسم الإنسان ، وخلايا الجهاز العصبى المركزى محدثاً دماراً شاملاً فى مقاومة البدن مما يجعله عرضة وفريسة سهلة للأمراض الفتاكة .

أعراضه : هبوط عام شديد دون سبب معروف .

* تضخم فى الغدد اللمفاوية .
* نقص شديد فى الوزن .
* إرتفاع درجة الحرارة .
* سعال جاف .
* صعوبة فى التنفس .
* طفح جلدى .
* إلتهابات فى الفم والحلق .
* إسهالات شديدة ومزمنة .

ينتهى الحال بالموت ولا محالة ، ولم يعرف علاج فعال لهذا الوباء حتى اليوم .

٢ ـ الزهرى : وتسببه جرثومة لا تعيش إلا فى الإنسان ، وتظهر أعراضه بظهور قرح وتورمات على أعضاء التناسل أو الشفة أو اللسان ، ينتهى الأمر بالشلل ، والعمى ، وتصلب الشرايين ، والذبحة الصدرية ، والتشوهات الجسمية وشرطان اللسان .

وينتقل المرض من المصاب إلى من يخالطه .

٣ ـ السيلان : وهو من أكثر الأمراض المعدية انتشاراً ، وأعراضه نزول سائل أصفر يبدأ بالنزول من فتحة البول ، مع شعور المريض بضيق وحرقان ويصيب المرض ـ كغيره من هذه الأمراض الفتاكة ـ الرجال والنساء معاً .

ينتهى المرض إلى حدوث التهابات فى الخصيتين والمثانة وضيق مجرى التبول عند الرجال ، أما النساء فيسبب التهاب الرحم والمبيض والكليتين ، وفى النهاية قد يؤدى إلى العقم .

وصدق رسول الله ﷺ حين قال : « لم تظهر الفاحشة فى قوم قط حتى يعملوا بها إلا ظهر فيهم الطاعون والأوجاع التى لم تكن مضت فى أسلافهم » .

اللواط :

وهو ممارسة الجنس بين رجل ورجل .

حكمه : حرام بإجماع علماء الأمة .

أخطاره :

يترتب عيه القضاء على الحيوانات المنوية وإضعافها فيصبح المرء عقيما .

قد يتمزق المستقيم ، وتتلف عضلاته فيفقد المُتَلَوَّط به قدرته على التحكم فى البراز فيخرج دون إرادته .

اللواط هو السبب الرئيسى للأمراض الفتاكة السابق ذكر بعضها .

تحريم جماع المرأة وهى حائض

قال تعالى : ﴿ **ويسألونك عن المحيض قل هو أذى فاعتزلوا النساء في المحيض ولا تقربوهن حتى يطهرن فإذا تطهرن فأتوهن من حيث أمركم الله إن الله يحب التوابين ويحب المتطهرين** ﴾ [البقرة : ٢٢٢]

وفى حديث أبى هريرة عن النبى ﷺ قال : « من أتى حائضاً أو امرأة فى دبرها أو كاهناً فصدقه بما يقول فقد كفر بما أنزل على محمد » .

من هنا فإن النصوص الشريفة السابقة تحرم على الرجل مباشرة زوجته وهى حائض ، وقد أثبت العلم الحديث أن جماع الحائض فيه أذى محقق للزوج والزوجة على السواء ، فإن دم الحيض بيئة صالحة لنمو وتكاثر الميكروبات والتى قد تصيب الرجل بالتهابات فى مجرى البول والبروستاتا .

وأما المرأة فإنها فى فترة الحيض تكون الأوعية الدموية المبطنة لجدار الرحم مفتوحة ، وقد تؤدى انقباضات الرحم التى تحدث أثناء الاتصال الجنسى إلى دخول أجزاء من محتويات تجويف الرحم إلى هذه الأوعية المفتوحة ، ومنها إلى أجزاء الجسم المختلفة ، حيث تنمو وتسبب أوراماً ينتج عنها نزيف وقت العادة الشهرية ، وقد وجد أن السائل المنوى للرجل يحتوى على مادة (البروستاجلاندين) ، ويقوم الرحم بإفراز مادة مضادة لهذا (البروستاجلاندين) ، فإذا ما حدثت العادة الشهرية ، ونزل دم الحيض وحدث انسلاخ لجدار الرحم الداخلى خرجت هذه المادة المضادة مع دم الطمث ، فيستطيع (البروستجلاندين) ساعتها أن يتسرب إلى جسم المرأة دون مقاومة فيحدث لها نقصاً شديداً فى المناعة مما يجعلها عرضة للهلاك بسبب أضعف الأمراض .

الفصل الخامس

من أساسيات
الحياة الزوجية السعيدة

* حاجة المرأة للحب .
* الزواج هل يقتل الحب ؟
* التوافق الجنسى بين الزوجين .
* القبلة ترمومتر الحب بين الزوجين .

حاجة المرأة للحب

قالت : لم يعد زوجي يهمس لى بعبارة : « أحبك » حتى فى لحظات الصفاء ، أحياناً أسأله : « أما زلت تحبنى ؟ » فيقول أى شيء تهرباً ، وبهذا يصدمنى فى عواطفى ، لكن ما حيلتى وأنا بحاجة إلى سماع عبارات الحب والهيام ، ثم لماذا يحرمنى من متعة الاستماع إليه وهو يعبر لى عن عواطفه ؟ إننى فعلاً يتملكنى الحنين إلى أيام الحب الأولى أيام الخطوبة .

الزواج هلى يقتل الحب ؟ :

الزواج لا يقتل الحب ، بل لعله يزيده عمقاً وأصالة ، كل ما فى الأمر أن الحب لا يعود بحاجة إلى التعبير عن نفسه ما دام الزواج يشهد بوجوده ويحميه ، لكن من الناس من لا يشعر بذاته وبعواطفه فيظل بحاجة إلى أن نقول له أننا نحبه ، ولن نكرر ذلك فى كل حين وإلا شعر بالألم والتعاسة ، وهذا شأن المرأة والرجل أيضاً .

وفى الحياة المشتركة يجد الحب أشكالاً جديدة يعبر بها عن وجوده ويؤكد بها أصالته وعمقه ، وبالتالى تصبح عبارات الحب بلا فائدة ولا جدوى ، فالأعمال والمواقف فيها الكفاية ، بل أنها هى وحدها التى تثبت وجود الحب وتعبر عنه حقا .

والواقع أن الحب تعبر عنه محاولات الزوجة الجادة لتحقيق مزيد من التفاهم والانسجام ، وكذا الرغبة المشتركة فى إنجاب طفل وآمالهما المشتركة ، كل هذا صحيح فى حد ذاته ، لكنه لا يحول دون إحساس المرأة بالألم ما دام الزوج لا يعبر لها عن حبه ولا يبدى نحوها مزيدا من الرقة واللطافة ، وكثيرا ما تلحظ المرأة أن إقبالها على الزوج وزيادة رقتها تجاهه ، كثيراً ما تزيده توتراً ، فبعض النساء تشعرن بأنهن كلما أبدين مزيدا من الرقة واللطف شعرن بابتعاد أزواجهن عنهن .

ولا يستطيع الزوجان فى الحقيقة أن يتجنبا لحظات الفتور التى تنتاب حياتهما من آن لآخر ، وخير لهما أن يعترفا بالواقع وأن يواجهاه فى هدوء وشجاعة ، وهما واثقان بأن السحب لا تلبث أن تزول ، فتوتر أحدهما وغضبه ليس حتماً أن يكون تابعاً لهدوء الآخر وابتسامته ، بل قد يزداد التوتر كلما بالغ الآخر فى اصطناع الهدوء والمرح الزائف .

عادة المحبان أنهما يتباهيان بأنهما وحدة متكاملة لا فرق بينهما ولا تكليف ، وهذا خطأ ، فمهما كانت الروابط بينهما قوية وثيقة ، ومهما كان الانسجام بينهما كاملاً فسوف تظل لكل منهما ذاته ومزاجه وميوله وقدراته وطباعه وأفكاره ، ومن هنا لابد من وجود الكلفة بينهما حتى يتجنبا الصدمة حين يكتشفا أنهما غير متفقين فى كل شىء بعكس ما كانا يتوهمان .

ثم إن كل منهما قد يخشى على حريته من طغيان الحب لا شك ينأى عن المحبوب كلما اقترب هذا منه ، إن طغيان الحب يخيف أحياناً.

إن عبارة « قل لى أنك تحبنى » قد تعنى « قل لى أنك تحبنى ما دمت بالفعل تحبنى . . قل لى إنك فعلا تحبنى بصرف النظر عن حقيقة عواطفك نحوى » .

إن رد الفعل التلقائى قد تكون الصمت أو إجابة قصيرة مثل « طبعا أحبك كما تعلمين » والحقيقة أن الحب لا يقتله الزواج ، وتكفى التصرفات والأفعال للدلالة على الحب وقوته .

وليست المرأة وحدها هى التى تود أن يعبر لها زوجها عن حبه ، فالرجل أيضا يستبد به أيضا نفس الإحساس . . . والحقيقة أن الحب لا يقتله الزواج إنما يتم التعبير عنه بأشياء أخرى تلحظها وتشعر بها المرأة الذكية ، ويدركه ويلمس حرارته الزوج النبيه ، وكل يعبر عن حبه بأسلوب أو بآخر .

ترمومتر الحب بين الزوجين (القُبلة)

إن القبلة ضرورة ملحة فى كل لقاء بين الزوجين ، فالحياة الزوجية يجب ألا تخلو من العواطف .

والعلاقة الزوجية لابد أن يسبقها الكثير من المقدمات ، والقبلة هى أهم هذه المقدمات ، ولا يخفى عن الأذهان نفور الكثير من الزوجات من العلاقة الزوجية بسبب جمودها وخلوها من القبلات فغاب عنهن الحمل والإنجاب لفترة طويلة .

والمداعبات التى تتم قبل المعاشرة الزوجية لها أهمية خاصة لا تخفى على لبيب ، فهناك بعض الغدد التناسلية الظاهرة التى تفرز سائلاً مخاطياً لزجا يساعد على إتمام اللقاء الجنسى بلا ألم بترطيب مهبل الزوجة .

وننصح هنا الأزواج فى ليلة الزفاف بالنصائح المهمة التالية :

١ ـ لا يجب أن تبدأ الحياة الزوجية فى الليلة الأولى بالاغتصاب ، ويمكن تأجيل اللقاء الجنسى فى هذه الليلة إلى اليوم التالى إذا كان هناك خوف من إتمامه ، إلى أن تهدأ العروس وتطمئن إلى زوجها .

٢ ـ يجب أن تكون القبلة هى أول رسول بين العروسين ، كما يجب أن تنتهى بها المعاشرة ، فبعد الانتهاء من الجماع يشعر الرجل بالرغبة فى النوم ، فى حين تحتاج المرأة لحوالى نصف ساعة أو أكثر حتى تستغرق فى النوم .

٣ ـ تخلص من الروتين فى العلاقة الزوجية فاللمسة والكلمة والهمسة لها أكبر الأثر ولها أهمية ملحوظة فى هذه العلاقة .

٤ ـ إن غريزة حواء تفرض عليها بعض التمنع والتدلل ، فيجب على الزوج أن لا يعتبر ذلك نوعاً من البرود ، بل ويجب على الزوجة أن لا تبالغ فى امتناعها عن زوجها .

والقبلة هى الترمومتر الذى يستطيع به الزوج أن يقيس درجة حرارة الحب لدى الزوجة ، والقبلة ضرورية ومطلوبة ـ كما أسلفنا ـ فى العملية الجنسية ، مع ملاحظة أن تكرارها دون إتمام المعاشرة يسبب احتقاناً شديداً فى الأعضاء التناسلية للمرأة ، وأحيانا تسبب زيادة آلام الدورة الشهرية تستمر بضعة أيام قبل حدوث الدورة وهذا ما يعرف باسم « عسر طمث احتقانى » .

التكيف الجنسى بين الزوجين

(التوافق الجنسى)

تعتبر المواءمة الجنسية بين الزوجين (التكيف ـ التوافق الجنسى) من أكثر الموضوعات إثارة لاهتمامات الرجل والمرأة على السواء ، لأن أى انحراف فى هذه المواءمة غالباً ما يؤدى إلى الاضطرابات العصبية الحادة أو إلى الطلاق ، أو يسوق أحد الزوجين إلى هاوية العقد النفسية التى قد تكون سهلة فى البداية ، ولكنها تتفاقم تدريجيا حتى يصعب التغلب عليها بعد ذلك .

إن نسبة كبيرة من الأزواج يتخبطون فى ظلام من الجهالة الجنسية حتى ليصبح الجنس بالنسبة للزوجين مصدر عذاب بدلاً من أن يكون منبع استمتاع وسعادة .

الزواج مشاركة : لابد أن نوضح أن العلاقة الزوجية ليست محاولة لإرضاء الذات بقدر ما هى محاولة لإرضاء الطرف الآخر أولاً ، فيجب على كل من الزوج والزوجة أن لا يفكر أحدهما فى نفسه ـ أو فى نفسها ـ فقط ، بل ينظر للعملية الزوجية على أنها مشاركة ، وعلى كل شريك أن يوقن أن نجاح هذه المشاركة يتوقف على رغبة الشريكين معاً فى إنجاحها .

ومنذ اللحظة الأولى يجب أن يكون معنى الجنس من أول القبلة إلى الضمة إلى الإشباع الجنسى الكامل واحداً لدى الشريكين ، ويجب أن يوحى الجنس بنفس الشعور ونفس الرضا لهما معاً وفى وقت واحد .

ومن أجل ذلك يجب أن ينال كل من الزوجين قسطه من الشبع الجنسى فى نفس اللحظات تقريباً ، وهذا هو أهم الضروريات لكى يحتفظ كل منهما بصحته الجسدية والنفسية ، ولكى يظل الزواج ناجحاً وسعيداً .

فن التـوافق : إن على الزوجين أن يدرس أحـدهمـا الآخـر جـسـديا وروحيـا وجنسيـاً ، يجب أن لا تشـعـر الزوجـة أو الزوج بأدنى خـجل أو خوف من مناقشة المسائل الجنسية مع الطرف الآخر .

إن التوافق الجنسى فن دقيق يحتاج إلى فهم سائر الفنون ويجب أن يدرسه الزوج والزوجة لتحقيق أقصى فائدة من اللقاء الجنسى .

الفصل السادس

نصائح إسلامية غالية من أجل حياة زوجية سعيدة وناجحة

* حسن الاختيار .
* خير متاع الدنيا المرأة الصالحة .
* تحريم نشر أسرار الجماع .
* متى يجوز الهجر . .
* وجوب خدمة المرأة زوجها .

حسن الاختيار :

فى حديث رسول الله ﷺ قال : « تنكح المرأة لأربع : لمالها ، ولحسبها ، ولجمالها ، ولدينها .. فاظفر بذات الدين تربت يداك » [رواه البخارى ومسلم وأبو داود والنسائى وابن ماجه والدارمى وأحمد والبيهقى] .

قال الحافظ ابن حجر فى الفتح (٩/ ٣٨) : المعنى أن اللائق بذى الدين والمروءة أن يكون الدين مطمح نظره فى كل شيء لا سيما فيما تطول صحبته ، فأمره النبى ﷺ بتحصيل صاحبة الدين هو غاية البغية .

خير متاع الدنيا المرأة الصالحة :

عن عبد الله بن عمرو بن العاص رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « الدنيا كلها متاع ، وخير متاع الدنيا المرأة الصالحة [رواه مسلم والنسائى وابن ماجه وأحمد]

تخيروا الأكفاء فى الدين :

عن عائشة رضى الله عنها قالت : قال رسول الله ﷺ : « تخيروا لنطفكم فأنكحوا الأكفاء ، وانكحوا إليهم » [أخرجه ابن ماجه والحاكم والدار قطنى وحديث صحيح]

المرأة الصالحة عون على الدين :

عن أنس بن مالك رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « من رزقه الله امرأة صالحة فقد أعانه على شطر دينه ، فليتق الله فى الشطر الباقى » [أخرجه الحاكم فى المستدرك وصححه هو والذهبى] .

النظر إلى المرأة قبل التزويج :

عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رجل إنه تزوج امرأة من الأنصار فقال رسول الله ﷺ : « فاذهب فانظر إليها فإن فى أعين الأنصار شيئاً » [رواه مسلم والنسائى وابن حبان] .

قيل : كان فى أعينهم عَمَش ، وقيل صغر .

وأخرج الترمذى والنسائى وابن حبان عن المغيرة بن شعبة أنه خطب امرأة فقال له النبى ﷺ : انظر إليها فإنه أحرى أن يؤدم بينكما .

تحريم نشر أسرار الجماع :

يحرم على أى من الزوجين نشر أسرار الفراش وما يحدث فى الجماع ، وفيه حديث صحيح عن أبى سعيد الخدرى رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : « من شر الناس عند الله منزلة يوم القيامة الرجل يفضى إلى امرأته وتفضى إليه ثم ينشر أحدهما سر صاحبه » [رواه مسلم وأحمد وأبو نعيم والبيهقى وابن السنى] .

وأخرج الخطابى فى غريب الحديث عن أبى الهيثم عن أبى سعيد الخدرى أن رسول الله ﷺ نهى عن السباع .. قال الخطابى : السباع أى المفاخرة بالجماع وإفشاء الرجل ما يجرى بينه وبين زوجته فيه ، مأخوذ من قولك : سبعت الرجل ، إذا اغتبته .

مراعاة الحقوق الجنسية للمرأة والتحذير من الهجر

من أهم حقوق المرأة مراعاة حقوقها وحاجتها الجنسية ، فلا يهجرها زوجها بلا سبب يبيح ذلك ، لما فيه من ظلم لها ، وإن كان بدعوى الانقطاع للعبادة ... ففى مسند الإمام أحمد رضى الله عنه أن زوجة عثمان بن مظعون كانت تختضب وتتطيب ثم تركت ذلك ، فدخلت على عائشة أم المؤمنين رضى الله عنها يوماً بدون طيب ولا خضاب ، فعجبت عائشة من ذلك ! فقالت : يا أم المؤمنين إن عثمان لا يريد الدنيا ، ولا يريد النساء ، فدخل رسول الله ﷺ فأخبرته عائشة بذلك فدعا عثمان فقال : يا عثمان تؤمن بما نؤمن به ؟ فقال : نعم ، قال : « فأسوة لك بنا »

وفى الحديث الصحيح : « إن لزوجك عليك حقاً » .

قال ابن بطال : لا ينبغى للزوج أن يجهد نفسه فى العبادة حتى يضعف عن القيام بحقها ـ يعن حق الزوجة ـ من جماع

واكتساب [فتح البارى ٩/ ٢١٠] .

متى يجوز الهجـر ؟

ويجوز للرجل أن يهجر زوجته فى المضجع إذا عصيته فى أمر من الأمور المشروعة ؛ كتأديب وإصلاح لها كما قال الله تعالى ﴿ **واللاتى تخافون نشوزهن فعظوهن واهجروهن فى المضاجع واضربوهن فإن أطعنكم فلا تبغوا عليهن سبيلاً إن الله كان علياً كبيرا** ﴾ [النساء : ٣٤].

فإن أطاعت المرأة زوجها فى جميع ما يريده منها ـ مما أباحه الله له منها ـ فلا سبيل له عليها بعد ذلك ، وليس له ضربها ولا هجرها .

التحذير من عدم استجابة الزوجة لرغبة زوجها الجنسية :

وإذا كان الإسلام قد حذّر الرجل من إهمال حاجة زوجته الجنسية، فإنه فى الوقت نفسه حذّر الزوجة من عدم الاستجابة لرغبة زوجها الجنسية ، فلا يجب أن تمنع نفسها منه متى شاء وأحب وأراد بدون عذر شرعى (لها أن تمتنع عنه عند الإحرام بالحج والعمرة ، وتمتنع عنه أيضاً أثناء فترة الحيض وتخبره بها أو أن تكون نفساء وذلك حفاظاً عليه وعليها) .. ففى حديث أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ : إذا دعا الرجل امرأته إلى فراشه فأبت أن تجئ لعنتها الملائكة حتى تصبح [رواه البخارى ومسلم فى صحيحيهما] .

وفى رواية لأحمد وابن ماجه عن عبد الله بن أبى أوفى أن النبى ﷺ قال : « ولو سألها نفسها وهى على قتب ـ رحل البعير ـ لم تمنعه نفسها » . وفى رواية لأحمد والترمذى عن على عن النبى ﷺ قال : « إذا دعا الرجل زوجته لحاجته فلتأته وإن كانت على التنور » .

نظافة الزوجة :

عن أنس بن مالك أن رسول الله ﷺ أرسل أم سليم تنظر إلى امرأة فقال لها : « شمى عوارضها وانظرى إلى عرقوبيها » العوارض : أى الأسنان .. لتعرف به رائحة فمها .

كما نهى النبى ﷺ الرجل إذا سافر وأطال أن يطرق أهله ليلاً وقال: « لكى تمتشط الشعثة ، وتستحد المغيبة » أى لكى تتنظف الزوجة وتزيل شعر العانة وتتهيأ لزوجها وتتزين لقدومه عليها حتى تكون على الصورة الجميلة التي يجب أن يراها زوجها عليها ، ولا ينفر منها .

وجوب خدمة المرأة زوجها :

قال شيخ الإسلام ابن تيمية : يجب على الزوجة خدمة زوجها ، فإن الزوج سيدها فى كتاب الله ، وهى عانية عنده بسنة رسول الله ﷺ ، وعلى العانى (الأسير) والعبد الخدمة .. فعليها أن تخدمه الخدمة المعروفة من مثلها لمثله ، ويتنوع ذلك بتنوع الأحوال ، فخدمة البدوية ليست كخدمة القروية ، وخدمة القوية ليست كخدمة الضعيفة [مجموع الفتاوى ٢/٢٣٤ ـ ٢٣٥] .

إستحباب معاونة الرجل زوجته فى شئون المنزل :

ويستحب للرجل أن يشارك زوجته في شئون المنزل إذا وجد الفراغ والوقت لذلك ، بل هذا من حسن المعاشرة بين الزوجين .

قالت عائشة : كان رسول الله ﷺ فى مهنة أهله ـ أى فى خدمتهم ـ فإذا حضرت الصلاة خرج إلى الصلاة [رواه البخارى وأحمد والترمذى] .

وأخرج الإمام أحمد وابن سعد وابن حبان عن هشام بن عروة عن أبيه قال : قلت لعائشة : ما كان رسول الله ﷺ يصنع فى بيته ؟ قالت : « يخيط ثوبه ، ويخصف نعله ، ويعمل ما يعمل الرجال فى بيوتهم » وفى رواية لأحمد عن عائشة :« يخصف نعله ، ويخيط ثوبه ، ويرقع دلوه » وله من طريق آخر عنها « كان يفلى ثوبه ، ويحلب شاته ، ويخدم نفسه » .

لا تباشر المرأةُ المرأةَ فتصفها لزوجها

عن عبد الله بن مسعود رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ :

« لا تباشر المرأةُ المرأةَ فتنعتها لزوجها كأنه ينظر إليها » [رواه البخارى وأحمد وأبو داود] .

والحكمة فى ذلك خشية أن يعجب الزوج الوصف المذكور فيفضى ذلك إلى تطليق الواصفة أو الافتتان بالموصوفة . وفى الحديث التحذير من أن تصف امرأةٌ امرأةً أخرى لزوجها ، وفيه التحذير من اطلاع الأجنبية على عورة المسلمة .

ويدخل فى هذا الباب أن يصف الرجل زوجته للآخرين .

أهم المراجع

١ ـ التربية الجنسية فى الإسلام ـ للأستاذ / عثمان الطويل .

٢ ـ حياتنا الجنسية ـ للدكتور صبرى القبانى .

٣ ـ حياتنا الجنسية ـ للدكتور / فردريك كهن .

٤ ـ الرجولة والحيوية بالأعشاب ـ دكتور محمد حسين .

٥ ـ دوريات مختلفة :

* طبيبك الخاص .

* طبيبك .

* طبيب الأسرة .

* ومراجع أخرى .

فهرس الكتاب

الموضـــــوع		الصفحة

الفصل الأول

نحو حياة جنسية هادئة وسعيدة وطبيعية

فن الجنس ٧
الجهاز التناسلى للرجل ٩
الجهاز التناسلى للأنثى ١١
أهم أجزاء الجهاز التناسلى بالنسبة للاتصال الجنسى عند المرأة ١٣
هرمونات الأنوثة والذكورة ١٥

الفصل الثانى

ليلة الزفاف وما بعدها

ليلة الزفاف ١٩
غشاء البكارة ١٩
فض غشاء البكارة وأشكاله ٢٠
واجب الزوج الخلقى فى ليلة الزفاف ٢٠
أوضاع فض غشاء البكارة ٢٢
التهابات شهر العسل ، والوقاية منها وعلاجها ٢٣
حذار فض غشاء البكارة بالأصبع ٢٤

الفصل الثالث

القوة الجنسية

ماهى القوة الجنسية ٢٧
كيف يحدث الانتصاب ٢٧
لا صلة بين القوة الجنسية والإنجاب ٢٨

أسباب الضعف الجنسى ٢٩
الغذاء والجنس ٣٤

الفصل الرابع
الصحة الجنسية فى الإسلام

سنن الفطرة ٣٧
العادة السرية وأضرارها ٤٠
الأمراض الجنسية عقوبة إلهية ٤٢
تحريم جماع الحائض وأضراره ٤٤

الفصل الخامس
من أساسيات الحياة الزوجية السعيدة

حاجة المرأة للحب ٤٧
الزواج هل يقتل الحب ٤٧
القبلة ترمومتر الحب بين الزوجين ٤٩
التوافق الجنسى بين الزوجين ٥١

الفصل السادس

نصائح إسلامية غالية من أجل حياة زوجية سعيدة وناجحة ٥٥
أهم المراجع ٦١

دار النصر للطباعة الإسلامية
٢ - شارع نشاطى شبرا القاهرة
الرقم البريدى ـــ ١١٢٣١

in. 4
cm 10 11 12